

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association, 2013. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition, DSM-V*. Arlington, VA: American Psychiatric Association, 362 -367
- Andira D. 2010. *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: A Plus Books
- Aqila S. 2010. *Bahagia di Usia Menopause*. Yogyakarta: A Plus Books
- Arfa M. 2014, *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Post-Operasi Appendisitis di Ruangan Bedah RSUD Prof. Dr. Hi. Aloe Saboe Kota Gorontalo*, Tesis, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo
- Baziad A. 2003. *Gambaran Klinis, Terapi, dan Pencegahan*. In: Baziad A. *Menopause dan Andropause*. Jakarta Pusat: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 7-74.
- Baziad A. 2003. *Menopause, Andropause, dan Terapi Sulih Hormon*. In: Baziad A. *Menopause dan Andropause*. Jakarta Pusat: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 1-6.
- Bluestein D, Rutledge CM, and Healey AC. 2010. *Psychosocial Correlates of Insomnia Severity in Primary Care*. JABFM. Volume 23. Nomor 2; p.2014-211
- Bourne JE. 2005. *The Anxiety and Phobia Workbook*. Oakland : New Harbinger Publications
- Brunner dan Suddart. 2002. *Keperawatan Medikal Bedah*—Vol. 2 Ed. 8, EGC, Jakarta
- Curran D. 2009. *Menopause*, University of Michigan Health Systems. Available from: <http://emedicine.medscape.com/article/264088-overview>. [Accessed 14 March 2010].
- Dinas Kesehatan Republik Indonesia. 2014. *Populasi Penduduk Indonesia*. Jakarta
- Erry, 2000. *Pengaruh Insomnia Dalam Kehidupan Sehari-Hari*, Deka Media No.1 Vol 13, 2000, Jakarta. Diambil Pada Tanggal 7 Mei 2010

- Fox-Spencer R and Brown P. 2007. *Menopause*. Dialih bahasakan oleh Surapsari J dan Koeswant A. Jakarta : Erlangga
- Furqon. 2005, *Statistika Terapan Untuk Penelitian*, Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Goodman Neil F dan Cobin Rhoda H, 2011. *American Association of Clinical Endocrinologist Medical Guidelines for Clinical Practice for The Diagnosis and Treatment of Menopause*. Endocrine Practice. Volume 17. Nomor 6: November-Desember 2011: 3
- Inayah N dan Karwiky G. 2014. *Kiat Sehat (Dengan dan Tanpa) Obat*. Bandung : Penerbit Qanita.
- Japardi I. 2002. *Gangguan Tidur*. Diakses pada tanggal 4 Desember 2016. <http://library.usu.ac.id/download/fk/bedah-iskandar%20japardi12.pdf>
- Kaplan and Sadock. 2007. *Synopsis of Psychiatry : Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry*. Edisi Kesepuluh pp:750-71
- Kaplan HI. dan Sadock, B.J. 2010. *Sinopsis Psikiatri*. Jilid 2, edisi VII. Jakarta :
- Kaur J and Sharma C. 2011. *Exercise in Sleep Disorder*. Newer Development. Volume 14. Nomor 1: April 2011:136
- Kumalasari I dan Andhyantoro I. 2012. *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Lestari, D., 2010., *Seluk Beluk Menopause*. Yogyakarta: Gerai Ilmu.
- Lumbantobing SM. 2008. *Gangguan Tidur*. Jakarta: Fakultas Kedokteran.
- Maramis WF. 2009. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Mulyani S. 2013. *Menopause Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita di Usia Pertengahan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoadmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Prajogo NS. 2009, *Cara Indah Menghadapi Menopause*. Yogyakarta: Locus
- Priyanto . 2010. *Kanker Serviks*. Jakarta: Niaga Swadaya
- Proverawati, Atikah. 2010. *Menopause dan Sindrome Premenopause*. Yogyakarta: Mulia Medika

- Resti IB. 2014. *Teknik Relaksasi Otot Progresif untuk Mengurangi Stres pada Penderita Asma*, Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Volume 2, No. 1, Januari 2014, hlm: 1-20.
- Shifren JL and Schiff I. 2007. *Menopause*. In: Berek JS, Berek, and Novak. *Gynecology*. 14th ed. Stanford, California: Lippincott Williams & Wilkins, 1324-1340.
- Smeltzer SC, Bare BG, Hincle JJ, and Cheever KH. 2008. *Textbook of medical surgical nursing*; brunner & suddart. eleventh edition, Lippincott Williams & Wilkins, a Wolter Kluwer Business.
- Stepanski EJ. 2009. *Causes of Insomnia*. In : Lee-Chiong, TL. 2009. *Sleep Medicine Essentials*. Division of Sleep Medicine, Department of Medicine, National Jewish Health, University of Colorado Denver School of Medicine, Denver, Colorado: 27-30.
- Sukarni I dan Margareth ZH. 2013. *Kehamilan, Persalinan dan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Susilo WYA. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Insomnia*. Andi Publisher : Indonesia, 1-3. Universitas Indonesia
- Tarwoto. 2012. *Keperawatan medikal bedah gangguan sistem endokrin*. Jakarta: Trans Info Media
- Wijayanti D, Husein AN, dan Arifin S. 2014. *Gambaran Kejadian Insomnia pada Wanita Menopause di Kelurahan Teluk Dalam 2013*. Berkala Kedokteran. Vol.10 No.2; 133-142.
<http://ejournal.unlam.ac.id/index.php/bk/article/download/995/912>
 (20September 2015).
- Yuli. 2009. *Pengaruh Teknik Relaksasi Pernapasan Diaphragma Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Primer Di Instalasi Rawat Jalan Jantung RSUD DR. Harjono Ponorogo*. Skripsi. Surabaya: Universitas Muhammadiyah Malang